

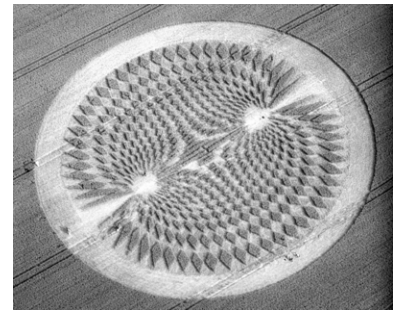
## Vitamin D als Gesundheitshormon

von

Dr. Andreas Dabsch

Gesundheitshaus Korneuburg

auch [www.dabsch.at](http://www.dabsch.at) Klosterneuburg



In meiner Arbeit als Arzt in der Ganzheitlichen Medizin und Spezialist für Mikronährstoff Analytik und Therapie ist mir in letzter Zeit der gravierende Mangel an Vitamin D bei vielen Patienten mit chronischen Erkrankungen aufgefallen. Mikronährstofftherapie (Orthomolekulare Medizin) beschäftigt sich mit den kleinsten Bausteinen unseres Stoffwechsels, unseres Immunsystems und unserer Energiegewinnung im Organismus Mensch. Nun wurde aber in Studien und in der Erfahrung vieler Mediziner nachgewiesen, dass eine optimale Gesundheit abhängig ist von einem ausreichenden Vitamin D-Spiegel im Blut ist.

Die biologisch aktive Form von Vitamin D3 ist ein Steroidhormon, es hat damit eine hormonelle Wirkung. Wir kennen u.a. Stresshormone und Sexualhormone.

### Was ist nun diese spezielle Wirkung des Vitamin D?

Das Vitamin D3 hat sich als eines der ältesten Hormone bereits vor mehr als 700 Millionen Jahren bei den Mehrzellern gebildet. Das Vitamin wird in der Haut durch Licht aktiviert und die Lichteigenschaften des Vitamin D sind für die spezielle Wirkung verantwortlich. Vitamin D absorbiert Lichtquanten (Photonen) im nahen UV-Bereich. Deshalb sind diese Mängel besonders im Winter stark ausgeprägt, uns fehlt das Sonnenlicht!!!

Das Geheimnis des Erfolges liegt in der Zelle, genauer im Zellkern: hier werden die aufgenommen Lichtquanten aus dem Sonnenlicht abgegeben und die positive Genregulation eingeleitet.

Vitamin D bringt Licht in die Zelle. Und das wirkt sich positiv bei einer Vielzahl von Erkrankungen aus: es senkt dramatisch das Krebsrisiko als auch das Risiko von entzündlichen Erkrankungen und von Autoimmunreaktionen, sowie das Risiko der Osteoporose. Es hat sich als natürliche Antibiotika als sehr wirksam gegen viele Arten von Bakterien, Viren und pathogene Mikropilze erwiesen. Als Beispiele solcher Erkrankungen seien Diabetes Typ I, MS, rheumatoider und Osteoarthritis, systemischem Lupus erythematoides, Colitis ulcerosa, M. Crohn, Arteriosklerose, Hypertonie, Herzerkrankungen, Schlaganfall, Alzheimer, Neurodermitis und andere Hauterkrankungen, u.v.a. genannt.

Vitamin D ist nur wirksam wenn ein normaler oder erhöhter Calcium-Spiegel gegeben ist. Durch die Behandlung mit Vitamin D und Calcium können Defizite behoben werden. Sowohl den Vitamin D Spiegel als auch den Calcium Spiegel bestimmen wir im Blut.

**Vitamin D ist ein Beispiel für die komplexen Zusammenhänge in unserem Körper und die Möglichkeit einen Mangel an Energie und Licht in unseren Zellen auszugleichen und damit Gesundheit und Lebendigkeit zu fördern.**